

ИП Позигун И.Н. УТВЕРЖДАЮ

МБОУ СОШ №14 СОГЛАСОВАНО

Директор

ИП Позигун И.Н.

/Татарина М.А./

МЕНЮ

1 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Салат овощной	50	29	0,81	1,62	2,78
Тефтели мясные со сметаной	70/10	165	11,18	13,24	10,14
Макаронные изделия отварные	180	199	5,98	2,24	38,71
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Хлеб йодированный	55	144	4,18	1,51	28,33
Итого:	565	592	22,24	18,64	94,6
Стоимость рациона питания составляет 65 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (1-4 классы)					
Солянка домашняя со сметаной	200/5	148	5,02	11,03	6,94
Печень по-строгоновски	50/50	180	14,96	11,7	3,69
Каша гречневая вязкая	150	133	4,3	3,79	20,38
Салат капустный с луком и маслом	30	34	0,73	2,24	2,84
Хлеб пшеничный	40	85	2,82	0,34	17,78
Компот из смеси сухофруктов + витамин С	180	87	0,51	0	21,18
Итого:	705	667	28,34	29,1	72,81
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (5-11 классы)					
Солянка домашняя со сметаной	250/5	182	6,22	13,66	8,59
Печень по-строгоновски	50/50	180	14,96	11,7	3,69
Каша гречневая вязкая	180	160	5,13	2,9	24,43
Салат капустный с луком и маслом	40	45	0,97	2,99	3,79
Хлеб пшеничный	50	107	3,52	0,43	22,22
Компот из смеси сухофруктов + витамин С	180	87	0,51	0	21,18
Итого:	805	761	31,31	31,68	83,9
Стоимость рациона питания составляет 100 рублей 00 копеек					

